

سومین کنگره ملی دستاوردهای علوم ورزشی و سلامت اولین کنگره ملی مدیریت راهبردی در ورزش

دانشگاه گیلان - منطقه آزاد انزلی - اداره کل ورزش و جوانان گیلان

۳۱ مرداد ۹۸

آدرس سایت: www.confsh.ir



وزارت ورزش و جوانان



سازمان منطقه آزاد انزلی



وزارت ورزش و جوانان

اداره کل ورزش و جوانان گیلان



وزارت ورزش و جوانان

اداره کل ورزش و جوانان گیلان

تغییرات برخی از شاخص های هماتولوژیکی خون پس از یک جلسه فعالیت هوازی بیشینه و مصرف مکمل سیلی مارلین در بازیکنان هندبال

کیوان خرمی پور^۱، امیرحسین احمدی حکمتی کار^{۲*}، نسرين رمضانی^۱

۱- دکتری فیزیولوژی ورزش دانشگاه تهران، تهران، ایران

۲- کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزش دانشگاه سمنان، سمنان، ایران (نویسنده مسئول)

*Email: (a.hekmatikar4@gmail.com)

چکیده

زمینه و هدف: هدف از پژوهش بررسی تغییرات برخی از شاخص های هماتولوژیکی پس از یک جلسه فعالیت هوازی بیشینه و مصرف مکمل سیلی مارلین در بازیکنان هندبال بود.

روش کار: در پژوهش حاضر ۱۸ هندبالیست مرد تمرین کرده به صورت تصادفی به ۳ گروه تمرین ($n=6$)، تمرین و مکمل ($n=6$) و دارونما ($n=6$) تقسیم شدند. آزمودنی ها پروتکل مرحله ای بروس را انجام دادند. گروه ها ۱ ساعت قبل از اجرای پروتکل دارونما یا مکمل را مصرف کردند. خون گیری در ۳ مرحله قبل، بلافاصله و ۲۴ ساعت بعد از تمرین و به مقدار ۳ میلی لیتر خون از ورید بازویی آزمودنی ها انجام و به آزمایشگاه منتقل شد. آنالیز داده ها با روش آزمون تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر انجام شد.

یافته ها: بر اساس نتایج آماری پژوهش تفاوت معناداری بین گروه تمرین و گروه مصرف مکمل و تمرین در پلاکت ها، گلبول سفید و مونوسیت ها مشاهده شد ($p=0/001$). همچنین، در گروه تمرین و مصرف مکمل و تمرین کاهش معناداری در MVC و هموگلوبین مشاهده شد ($p=0/001$).

نتیجه گیری: به نظر می رسد مصرف مکمل سیلی مارلین می تواند موجب افزایش سیستم ایمنی و پلاکت های ورزشکاران هندبالیست شود اما بر دیگر شاخص های خونی اثر نخواهد گذاشت.

کلید واژه ها: شاخص های هماتولوژیک خون، سیلی مارلین، هندبالیست، فعالیت هوازی بیشینه